

DHARMA SEKHA

Minggu, 17 April 2022

REHAT RELAX RESET : Dhamma Mantra (Chant, Musics, etc)**REHAT _ RELAX _ RESET : Dhamma Mantra (Chant, Musics, etc)**

Susah juga jadi padaparama puthujjana di mayapada ini ... Tanpa kelayakan magga phala (panna bhavana) , tiada kecakapan strata jhana (citta bhavana) sebagai perlindungan diri untuk senantiasa menjadikan diri hangat ke permukaan & sejuk di kedalaman. Well , gunakan saja Dhamma sebagai benteng internal surgawi di tengah kekacauan eksternal duniawi (atau cangkang nirvanik pada samsara ini ... hehehe)... sanna bhavana selain puja bhakti & etika kosmik.

kutipan : Corona 5

<https://share4seeker.blogspot.com/2022/04/seeker-project-forever-gnosis-wisdom.html>

SEEKER PROJECT FOREVER (gnosis wisdom exodus)

masih ribet & repot banyak beban tugas dari peran eksistensial diri yang perlu pemantasan & ketuntasan. Rehat .

CORONA 5

Tampaknya saat ini situasi kondisi sudah mulai cukup kondusif ... virus sudah adaptif & imun vaksinasi - iman resistensi sudah kembali efektif ?

Dunia sudah tidak lagi galau dan mulai normal lagi berputar antara sakau mengumbar keakuan/kemauan dan mulai kacau menubar kebencian/ kerusakan seperti biasanya ? (konflik luar /dalam negeri sudah mulai lagi ... jika tidak pekok & heboh (kasar ? ganti saja : sakau dan kacau ... terserahlah) hidup memang tampak terasa tidak 'hidup',ya... ? Hehehe.

Tetaplah waspada untuk tetap terjaga, ah ... agar bisa menjaga & berjaga intinya jangan lengah terpedaya senantiasa memberdaya ... bersamaan dengan proses berjalannya waktu tanpa dapat dicegah kita semakin tua melapuk (walau tidak berarti mencapai kedewasaan psikologis apalagi pencerahan spiritual) ... tanpa covid kita masih tetap bisa sakit. bahkan tanpa sakit kita bisa saja mati (konsekuensi dualitas kehidupan) plus kelanjutannya juga, lho ... karena sebagaimana kita saat ini yang secara akumulatif temiscayakan faktor karmik/kosmik lampau diri kita dulunya demikian juga nanti ... well, setiap diri pada hakekatnya sedang melayakkan dampak efek akumulatif dirinya secara karmik/kosmik demi saat nanti melalui tindakan batiniah/zahiriiah dirinya sendiri sebelumnya. So, perhatikan sikap batin & tindakan (mental, verbal & aktual) kita di setiap kekinian dimanapun dalam sikon & peran apapun juga.

Jadi ingat Sang Ariya Buddha Gautama & Bhante Moggalana yang walau telah mencapai Nibbana sekalipun tetap harus menanggung beban karmik dosa/ kesalahan dari kehidupan samsarik lampauya (apalagi kita yang nota bene belum mencapai layer evolusi pribadi lokuttara masih di bawah level brahmada bahkan tersekap dalam peran label kamavacara). Bagaimana bayang-bayang yang mengikuti keberadaan diri demikianlah dampak kormik/ efek kosmik kebodohan, kesalahan & keburukan berpandangan, berpribadi dan berperilaku akan menyertai perjalanan kehidupan keabadian kita ... cepat atau lambat (dalam peran dagelan nama rupa saat ini atau setelah ini ataupun pada saatnya nanti) apa yang dituai niscaya akan kita petik juga buahnya. Well,demi keutamaan untuk menjaga keperwiraan, keterjagaan dan kewaspadaan yang lebih dewasa (utama, benar & nyata) tetaplah reseptif & antisipatif untuk menjadi autentik & holistik dalam kesedemikianan tertib kosmik keseluruhan ini ... nafikan sementara walaupun mungkin memang senantiasa tetap ada kemungkinan ahosi karma , fasilitasi pengampunan / pelimpahan lainnya yang bisa saja terjadi (aktualitatif > identifikatif > eksploitatif). Dengan demikian Evolusi pribadi , Harmoni dimensi & Sinergi Valensi tetap berjalan selaras dan temiscayakan kelayakannya secara murni sebagaimana harusnya secara eksistensial, universal & transendental. Keutamaan > Kebenaran > Kenyataan ... ada bonus nilai plus untuk meningkatkan kualitas kelayakan yang lebih baik yang juga mencegah keterpedayaan yang menjatuhkan (optimis kepercayaan diri atau oportunitas pengharapan lainnya ?) dan faktisitas pembatasan (dinamika konfiguratif keberuntungan eksistensial atau kemalangan universal) yang mungkin juga akan terjadi.

DST

LANJUT NANTI SAJA ... PC utama hang, tinggal NB tua untuk tugas lainnya.

I. BUDDHISM

APPAMADENA SAMPADETHA

1. KARANIYA METTA SUTTA

Karaniya Metta Sutta

https://id.wikipedia.org/wiki/Karaniya_Metta_Sutta<https://samagei-phala.or.id/tipitaka/khotbah-cinta-kasih>

Link Data :

<http://www.aimwell.org/Brahmavihara%20Dhamma.pdf><https://pustaka.dhammadatta.org/ebook/umum/brahmavihara.pdf>

Link Video :

https://www.youtube.com/watch?v=7tPT_UHuZos&list=PLZZa2J4-qv-bbcW4hMqsptGnXcpZ-ZJm&index=10<https://www.youtube.com/watch?v=bU8MF9Ysxq0&list=PLZZa2J4-qv-bbcW4hMqsptGnXcpZ-ZJm&index=10&t=93s>

Teks Karaniya Metta Sutta

<https://www.youtube.com/watch?v=EVAWUPNwrV8&list=PLZZa2J4-qv-bNyzg-pLLbvXmZg2QVbyg&index=1>**KARANIYA METTĀ SUTTA (Cinta Kasih Semesta)****1. KARANIYA MATTHAKUSALENA****YANTAM SANTAM PADAṂ ABHISAMECCA,****SAKKO UJŪ CA SUHUJŪ CA****SUVACO CASSA MUDU ANATIMĀNĪ**

Inilah yang harus dikerjakan oleh mereka yang tangkas dalam kebaikan,

Untuk mendapat ketenangan,

Ia harus mampu, jujur dan sungguh jujur,

Rendah hati, lemah lembut, tiada sombong.

**2. SANTUSSAKO CA SUBHARO CA
APPAKICCO CA SALLAHUKAVUTTI
SANTINDRIYO CA NIPAKO CA
APPAGABBHO KULESU ANANUGIDDHO.**

Merasa puas, mudah disokong/dilayani,
Tiada sibuk, sederhana hidupnya.
Tenang indranya, berhati-hati,
Tahu malu, tak melekat pada keluarga.

**3. NA CA KHUDDAṂ SAMĀCARE KIŃCI
YENA VIÑÑU PARE UPAVADEYYUM.
SUKHINO VĀ KHEMINO HONTU
SABBE SATTĀ BHAVANTU SUKHITATTĀ.**

Tidak berbuat kesalahan, walaupun kecil,
Yang dapat dicela oleh para bijaksana
Hendaklah ia berpikir, Semoga semua makhluk berbahagia dan tenteram.
Semoga semua makhluk berbahagia.

**4. YE KECI PĀNABHŪT'ATTHI
TASĀ VĀ THĀVARĀ VĀ ANAVASESĀ
DĪGHĀ VĀ YE MAHANTĀ VĀ
MAJJHIMĀ RASSAKĀ ANUKA – THŪLĀ**

Makhluk hidup apapun juga,
Yang lemah dan kuat tanpa kecuali,
Yang panjang atau besar,
Yang sedang, pendek, kecil atau gemuk.

**5. DITTHĀ VĀ YE CA ADITTHĀ
YE CA DŪRE VASANTI AVIDŪRE
BHŪTĀ VĀ SAMBHAVESI VĀ
SABBE SATTĀ BHAVANTU SUKHITATTĀ**

Yang tampak atau tak tampak,
Yang jauh ataupun yang dekat,
Yang terlahir atau yang akan lahir,
Semoga semua makhluk berbahagia

**6. NA PARO PARAMĀ NIKUBBETHA
NĀTIMAÑÑETHA KATTHACI NAṂ KAŃCI
BYĀROSANĀ PATIGHASAÑÑĀ
NĀÑÑĀ MAÑÑASSA DUKKHA MICCHEYYA**

Jangan menipu orang lain
Atau menghina siapa saja,
Jangan karena marah dan benci
Mengharap orang lain celaka.

**7. MĀTĀ YATHĀ NIYĀMĀ PUTTĀM
ĀYUSĀ EKAPUTTA MANURAKKHE
EVAMPI SABBA – BHŪTESU
MĀNA – SAMBHĀVAYE APARIMĀNAṂ**

Bagaikan seorang ibu yang mempengaruhi jiwanya
Melindungi anaknya yang tunggal.
Demikianlah terhadap semua makhluk hidup,
Dipancarkannya pikiran (kasih sayang) tanpa batas

**8. METTAÑCA SABBALOKASMIṂ
MĀNA – SAMBHĀVAYE APARIMĀNAṂ
UDDHAṂ ADHO CA TIRIYAÑCA
ASAMBĀDHAṂ AVERAṂ ASAPATTAṂ**

Kasih sayangnya ke segenap alam semesta,
Dipancarkannya pikirannya tanpa batas,
Ke atas, ke bawah, dan ke sekeliling
Tanpa rintangan, tanpa benci dan permusuhan.

**9. TITTHAÑ CARAMĀ NISINNO VĀ
SAYĀNO VĀ YĀVATASSA VIGATAMIDDHO
ETAṂ SATIṂ ADHITTHEYYA
BRAHMA METAṂ VIHĀRAM IDHAMĀHU**

Selagi berdiri, berjalan atau duduk,
Atau berbaring, selagi tiada lelap
Ia tekun mengembangkan kesadaran ini.
Yang dikatakan : Berdiam dalam Brahma

**10. DITTHIÑCA ANUPAGAMMA SILAVĀ
DASSANENA SAMPANNO
KAMESU VINEYYA GEDHAṂ
NA JI JĀTU GABBHASEYYAṂ PUNARETITI.**

Terhindar dari pandangan yang salah segala sila tindakannya
Dikarenakan karunia kebijaksanaan pandangan terangnya
Hingga bersih terbebas dari ikatan nafsu indrawi
Ia tak akan lahir dalam rahim manapun juga

4. MAHĀ MANGALA SUTTA

(38 Berkah Utama)

VERSES FOR BUDDHIST

Link data : <https://www.sukhesikarama.com/post/mangala-sutta-38-berkah-utama>

Link video : <https://www.youtube.com/watch?v=-1FIIPwfBt0&list=PLZZa2J4-qv-bNyzG-pLLbvxMZg2QVbyg&index=4>



(EVAM – ME SUTAM.)

EKAṀ SAMAYAM BHAGAVĀ, SĀVATTHIYAM VIHARATI, JETAVANE ANĀTHAPINDIKASSA, ĀRĀME. ATHA KO AÑÑATARĀ DEVATĀ, ABHIKANTĀYA RATTIYA ABHIKKAN-TAVAÑÑĀ KEVALAKAPPAM JETAVANAM OBHĀSETVĀ, YENA BHAGAVĀ TEN’UJPASAṅKAMI. UPASAṅKAMITVĀ BHAGAVANTAM ABHIVĀDETVĀ EKAMANTAM ATTHĀSI, EKAMANTAM THITĀ KHO SĀ DEVATĀ BHAGAVANTAM GĀTHĀYA AJJHABHĀSI.

Demikianlah telah kudengar: Pada suatu waktu ketika Sang Bhagava bersemayam di Vihara Jetavana dekat Savatthi di taman milik Anathapindika. Mendekati pagi, datanglah berkunjung seorang devata berwajah gemilang menyinari sekitar Jetavana. Setelah menghadap Sang Bhagava lalu bersujud, maka berdirilah devata it di samping Sang Bhagava. Kemudian dengan masih tetap berdiri, beliau menyampaikan permohonanannya dalam bentuk sanjak (gatha) kepada Sang Bhagava:

1. “BAHŪ DEVĀ MANUSSĀ CA MAṄGALĀNI ACINTAYUM ĀKAṅKHAMĀNĀ SOTTHĀNAM BRŪHI MAṄGALAM-UTTAMAM

Banyak di antara para dewa dan manusia utama
Masih kabur pengertiannya tentang Berkah Termulia
Mohonlah kiranya Sang Bhagava, kami diberi petunjuk
Bagaimanakah sebenarnya (untuk mendapatkan) Berkah Termulia itu?

2. ASEVANĀ CA BĀLĀNAM PANDITĀNAṅ CA SEVANĀ PŪJĀ CA PŪJANĪYĀNAM ETAM MAṄGALA MUTTAMAM.

Tidak cenderung bergaul denga si dungu – demikian Sang Bhagava
Melainkan memilih para bijaksana
Dan menghormati mereka yang patut dihormati
Itulah Berkah Termulia

3. PATIRŪPADESA-VĀSO CA PUBBE CA KATA-PUÑÑATĀ ATTA-SAMMĀ-PAÑIDHI CA ETAM MAṄGALAM UTTAMAM.

Bertempat tinggal di tempat yang cocok
Melakukan kebajikan-kebajikan sebagai masa-masa yang silam
Yaitu hanya memikirkan hal-hal yang benar
Itulah Berkah Termulia

4. BĀHUSACCAṅCA SIPPAṅCA VINAYO CA SUSIKKHITO SUBHĀSITĀ CA YĀ VĀCĀ ETAM MAṄGALAM UTTAMAM.

Pandangan luas, pengertian cukup
Patuh dan tertib di dalam tata-susila
Ucapannya selalu ramah-tamah
Itulah Berkah Termulia

5. MĀTĀPITU-UPATTHĀNAM PUTTA-DĀRASSA SAṄGAHO ANĀKULĀ CA KAMMANTĀ ETAM MAṄGALAM UTTAMAM.

Melindungi ibu dan bapak
Membahagiakan anak dan istri
Benar dan sentosa di dalam pencaharian
Itulah Berkah Termulia

6. DĀNAṅCA DHAMMACARIYĀ CA NĀTAKĀNAṅCA SAṄGAHO ANAVAJJĀNI KAMMĀNI ETAM MAṄGALAM UTTAMAM.

Murah hati, hidup dengan kebersihan bathin
Suka menolong sanak keluarga
Tindak-tanduknya tak tercela
Itulah Berkah Termulia

**7. ĀRATĪ VIRATĪ PĀPĀ
MAJJA-PĀNĀ CA SAÑÑAMO
APPAMĀDO CA DHAMMESU
ETAM MAÑGALAM UTTAMAṂ.**

Menghentikan/menghindari setiap kejahatan
Menjauhkan diri dari minuman keras
Tekun di dalam menjalankan kebajikan
Itulah Berkah Termulia

**8. GĀRAVO CA NIVĀTO CA
SANTUTTHĪ CA KATAÑÑUTĀ
KĀLENA DHAMMASSAVANAṂ
ETAM MAÑGALAM UTTAMAṂ.**

Hatinya lapang, sejuk, dan rendah hati
Sesuatu yang diterima, selalu mersa bersyukur dan terimakasih
Patuh di dalam mendengarkan Dhamma
Itulah Berkah Termulia

**9. KHANTĪ CA SOVACASSATĀ
SAMAÑĀNAÑCA DASSANAṂ
KĀLENA DHAMMASĀKACCHĀ
ETAM MAÑGALAM UTTAMAṂ.**

Sabar, ucapannya menyenangkan
Suka mengunjungi para sramana (pertapa)
Suka membahas Dharma pada waktu-waktu tertentu
Itulah Berkah Termulia

**10. TAPO CA BRAHMACARIYAÑ CA
ARIYA-SACCĀNA-DASSANAṂ
NIBBĀNA-SACCHI-KIRIYĀ CA
ETAM MAÑGALAM UTTAMAṂ.**

Rajin, mawas diri, mengutamakan kesucian
Berusaha menembus Catur Ariya Saccani
Menuju tercapainya Nirvana
Itulah Berkah Termulia

**11. PHUTTHASA LOKADHAMMEHI
CITTAṂ YASSA NA KAMPATI
ASOKAṂ VIRAJAṂ KHEMAṂ
ETAM MAÑGALAM UTTAMAṂ.**

Tak mudah tergoyah batinnya
Tak terpengaruh oleh Empat Kondisi Duniawi
Bebas dari Dukkha, bebas dari noda
Itulah Berkah Termulia

**12. ETĀDISANI KATVĀNA
SABBATTHAM-APARĀJITĀ
SABBATTHA SOTTHIṂ GACCHANTI
TAN TESAM MAÑGALA MUTTAMANTI.”**

Bagi mereka yang dapat memenuhi syarat-syarat demikian
Takkan terkalahkan – takkan menemui lawan dimanapun
Bergerak di segala bidang, akan merasa aman dan gembira
Itulah Berkah Termulia

5. PRAJNA PARAMITTA HRDAYA SUTTA

SONGS FOR SPIRITUAL BUDDHIST

prajna paramitta avalokitesvara

link data : DATA_01022021/PLUS/DATA/Prajna-Paramitha-Oke.pdf

link video : <https://www.youtube.com/watch?v=FVCbuXrDa40&list=PLZZa2J4-qv-bNyyzG-pLLbvXmZg2QVbyg&index=5>



Prajñāpāramitā

kebijaksanaan agung prajna paramita

Om! Namo Bhagavatyai Ārya-Prajñāpāramitāyai!

Om | Aku memuliakan Sang Ariya Guru Suci yang telah mencapai kebijaksanaan agung prajna paramita

Ārya-Avalokiteśvaro Bodhisattvo, gambhīrāṃ prajñāpāramitā caryāṃ caramāno,

Sang Ariya Bodhisattva Avalokiteśvara saat itu berdiam di dalam praktik kebijaksanaan agung prajna paramita,

vyavalokayati sma panca-skandhāṃ tāṃs ca svabhāvaśūnyān paśyati sma.

melihat ke dalam lima skhanda (agregat = pikiran dan tubuh / nama rupa) dan ternyata mereka kosong dari sifat-diri

Iha, Śāriputra, rūpaṃ śūnyatā, śūnyataiva rūpaṃ;

Di sini, Wahai Śāriputra, wujud adalah kekosongan, kekosongan adalah wujud;

rūpān na pṛthak śūnyatā, śūnyatāyā na pṛthag rūpaṃ;

kekosongan tidak berbeda dengan wujud, wujud tidak berbeda dengan kekosongan;

yad rūpaṃ, sā śūnyatā; ya śūnyatā, tad rūpaṃ;

Segala apapun wujudnya, itu adalah kekosongan; Segala apapun kekosongan yang ada, itu adalah wujud.

evam eva vedanā-samjñā-saṃskāra-vijñānaṃ.

Begitu juga sama halnya untuk perasaan, persepsi, proses kemauan dan kesadaran.

Iha, Śāriputra, sarva-dharmāḥ śūnyatā-lakṣaṇā,

Di sini, Wahai Śāriputra, segala dharma bersifat kosong ,

anuppannā, aniruddhā;

Tanpa kemunculan, tiada pula kelenyapan ;

amalā, avimalā;

Tanpa ketiada-nodaan, tiada pula ketidakmurnian;

anūnā, aparipūrṇāḥ

Tanpa adanya kekurangan, tiada pula kelengkapan

Tasmāc Śāriputra, śūnyatāyāṃ

Karena itu, Wahai Śāriputra, dalam kekosongan itu

na rūpaṃ, na vedanā, na samjñā, na saṃskārāḥ, na vijñānam;

tidak ada bentuk, tidak ada perasaan, tidak ada persepsi, tidak ada proses kehendak, tidak ada kesadaran;

na cakṣuḥ-śrotra-ghrāna-jihvā-kāya-manāsi;

tidak ada mata, telinga, hidung, lidah, tubuh atau pikiran;

na rūpa-sabda-gandha-rasa-spraṣṭavya-dharmāḥ;

tidak ada bentuk, suara, bau, rasa, sentuhan, pikiran;

na cakṣūr-dhātur yāvan na manovijñāna-dhātuḥ;

tidak ada elemen mata (dan seterusnya) hingga tidak ada elemen kesadaran-pikiran;

na avidyā, na avidyā-kṣayo yāvan na jarā-maraṇam, na jarā-maraṇa-kṣayo;

tidak ada ketidaktauhan, tidak ada kehancuran ketidaktauhan (dan seterusnya) hingga tidak ada usia tua dan kematian,

na duḥkha-samudaya-nirodha-mārgā;

tidak ada kehancuran usia tua dan kematian; tidak ada penderitaan, kemunculan, lenyapnya, jalan;

na jñānam, na prāptir na aprāptiḥ.

tidak ada pengetahuan, tidak ada pencapaian, tidak ada non-pencapaian.

Tasmāc Śāriputra, aprāptivād Bodhisattvasya

Oleh karena itu, Wahai Śāriputra, karena tiada yang ingin dicapai, Bodhisattva bebas dari segala gangguan pikiran,

Prajñāpāramitāṃ āśritya, viharaty acittāvaraṇaḥ,

Beliau mengandalkan Kesempurnaan Kebijaksanaan, dan berdiam dengan pikirannya tidak terhalang,

cittāvaraṇa-nāstivād atrastro,

memiliki pikiran yang tidak terhalang dia tidak gentar,

viparyāsa-atikrānto, niṣṭhā-Nirvāṇa-prāptaḥ.

mengatasi pertentangan, ia mencapai kondisi Nirvāṇa.

Tryadhva-vyavasthitāḥ sarva-Buddhāḥ

Semua Buddha berdiam di tiga masa

Prajñāpāramitāṃ āśritya

dengan mengandalkan Kesempurnaan Kebijaksanaan

anuttarāṃ Samyaksambodhim abhisambuddhāḥ.

sepenuhnya terbangun menuju Keterjagaan Lengkap Sempurna yang tak tertandingi

Tasmā jñātavyam Prajñāpāramitā mahā-mantra,

Oleh karena itu, Kebijaksanaan Sempurna prajna paramita adalah mantra yang agung

mahā-vidyā mantra, 'nuttara-mantra, samasama-mantraḥ,

mantra pengetahuan agung, mantra yang tertinggi, mantra yang tak tertandingi,

sarva duḥkha praśamaṇaḥ, satyam, amithyatvāt.

Secara tuntas mengatasi semua penderitaan, sebagai kebenaran sejati yang tak mungkin palsu.

Prajñāpāramitāyāṃ ukto mantraḥ

Dalam Kesempurnaan Kebijaksanaan mantra telah diucapkan

tad-yathā:

dengan cara berikut ini

gate, gate, pāragate, pārasaṃgate, Bodhi, svāhā!

pergi, pergi, pergi melampaui, pergi sepenuhnya ke luar, dalam Kebangkitan, dengan keberkahan!

Iti Prajñāpāramitā-Hṛdayam Samāptam

Dengan demikian Kesempurnaan Kebijaksanaan dari Hati

PLUS = JUST SONGS

I. BUDDHISM : BARDO



Lyrics : <https://vajrasound.com/bardo-song-of-reminding-oneself/>

Teks ini adalah ajaran Padmasambhava, di mana dia mengingatkan kita bagaimana membebaskan diri kita di enam Bardo yang berbeda. Buddhisme Tibet mengacu pada enam Bardo sebagai keadaan transisi; 1. bardo kehidupan ini, 2. bardo dari mimpi, 3. bardo dari meditasi, 4. bardo dari kematian, 5. bardo dari dharmata, dan 6. bardo dari penjadian. Di setiap bardo ada petunjuk yang jelas tentang apa yang harus kita lakukan saat kita mengalami keadaan ini untuk mencapai pembebasan. Syair

ayat di sini adalah instruksi singkat dari Pelatihan Dakini Rahasia Bunda Tantra Kesempurnaan Agung. Syairnya dimulai dengan Ema yang artinya, "[whoa, this is for real!](#) (Wah?, ini /untuk yang/ nyata!").

Google translate modified **Bardo Song of Reminding Oneself translated by Erik Pema Kunsang, melody: Tara Trinley Wangmo, vocals: Sascha Alexandra Aurora Sellberg & Rodrigo Reijers. from the Secret Dakini Training Mother Tantra of the Great Perfection**

Lagu Bardo untuk Mengingatn Diri Sendiri diterjemahkan oleh Erik Pema Kunsang, melodi: Tara Trinley Wangmo, vokal: Sascha Alexandra Aurora Sellberg & Rodrigo Reijers. dari Pelatihan Dakini Rahasia Bunda Tantra dari Kesempurnaan Agung

Ema!

Now that while the bardo of this lifetime is unfolding,

I will not be lazy since there is no time to waste.

Enter nondistracted's path of hearing, thinking, training,

While it is just now I have the precious human form.

Since this free and favored form ought to have real meaning,

Emotion and samsara shall no longer hold the reign.

Ema!

Sekarang sementara bardo dari kehidupan ini sedang berlangsung,

Saya tidak akan malas karena tidak ada waktu untuk disia-siakan.

Memasuki jalur tanpa gangguan dari pendengaran, pemikiran, pelatihan,

Sementara sekarang aku memiliki wujud manusia yang berharga.

Karena bentuk yang bebas dan disukai ini hendaknya memiliki makna yang nyata,

Emosi dan samsara tidak lagi memegang kekuasaan.

Ema!

Now that while the bardo of the dreamstate is unfolding,

I will not sleep like a corpse, so careless, ignorant.

Knowing everything is self-display, with recognition,

Capture dreams, conjure, transform, train lucid wakefulness.

Instead of lying fast asleep like animals are sleeping,

I will use the Dharma just as in the waking state

Ema!

Sekarang sementara bardo dari keadaan mimpi sedang berlangsung,

Aku tidak akan tidur seperti mayat, begitu ceroboh & bodoh cuek (tanpa tahu)

Mengetahui segalanya adalah tampilan diri, dengan pengakuan,

menangkap impian, sulapan, pengubahan, pelatihan kesadaran yang jernih.

Daripada tidur nyenyak seperti binatang yang sedang tertidur,

Saya akan menggunakan Dharma seperti dalam kondisi terjaga.

Ema!

Now that while the meditation bardo is unfolding,

I will set aside every deluded wandering.

Free of clinging, settled within boundless nondistracted,

I'll be stable in completion and development.

As I'm yielding projects to the single-minded training,

Delusion and unknowing shall no longer hold the reign.

Ema!

Sekarang sementara meditasi bardo sedang berlangsung,

Aku akan mengesampingkan setiap pengembaraan yang memperdaya.

Bebas dari kemelekatan, menetap dalam ketidak-teralihkan yang tanpa terbatas,

Saya akan stabil dalam penyelesaian dan pengembangan.

Saat saya menyerahkan rencana pada pelatihan pikiran terpusat,

Delusi dan ketidaktahuan tidak akan lagi memegang kendali.

Ema!

Now that while the bardo of the death-state is unfolding,

I will cast away attachment, clinging to all things.

Enter undistractedly the state of lucid teachings,

Suspending as a vast expanse this nonarising mind.

Leaving this material form, my mortal human body,

I will see it as illusion and impermanent.

Ema!

Sekarang sementara bardo dari kondisi kematian sedang berlangsung,

Saya akan membuang kemelekatan, yang melekat pada segala hal.

Masuk dengan tanpa gangguan pada keadaan ajaran yang nyata /jernih,

Menangguhkan sebagai suatu hamparan luas pikiran yang tidak lagi muncul ini.

Meninggalkan bentuk materi ini, tubuh manusia fana saya,

Saya akan melihatnya sebagai ilusi dan tidak kekal.

Ema!

Now that while the bardo of dharmata is unfolding,

I will hold no fear or dread or panic for it all.

Recognizing everything to be the bardo's nature,

Now the time has come for mastering the vital point.

Colors, sounds and rays shine forth, self-radiance of knowing,

May I never fear the peaceful-wrathful self-display.

Ema!

Sekarang sementara bardo dari dharmata sedang berlangsung,

Aku tidak akan takut, gentar atau panik untuk itu semua.

Mengakui segalanya sebagai sifat bardo,

Sekarang waktunya telah tiba untuk menguasai poin penting.

Warna, suara, dan sinar bersinar, pancaran kesadaran sendiri,

Semoga saya tidak pernah takut pada tampilan diri yang penuh amarah dan damai.

Ma!

Now that while the bardo of becoming is unfolding,
I will keep the lasting goal one-pointedly in mind.
Reconnecting firmly with the flow of noble action,
I will shut the womb-doors and remember to turn back.
Since this is the time for fortitude and pure perception,
I will shun wrong views and train the guru's union-form.
Ma!

Sekarang sementara bardo penjelmaan sedang berlangsung,
Saya akan mengingat tujuan abadi dengan satu tujuan.
Berhubungan kembali dengan kuat dengan aliran tindakan mulia,
Aku akan menutup pintu rahim dan ingat untuk kembali.
Karena inilah waktunya untuk ketabahan dan persepsi murni,
Saya akan menghindari pandangan yang salah dan melatih bentuk persatuan (dengan) guru.

If I keep this senseless mind that never thinks of dying,
And continue striving for the pointless aims of life,
Won't I be deluded when I leave here empty handed?
Since I know the sacred Dharma is just what I need,
Shouldn't I be living by the Dharma right this moment,
Giving up activities that are just for this life?

Jika saya menyimpan pikiran tidak masuk akal yang tidak pernah berpikir tentang kematian,
Dan terus berjuang untuk tujuan hidup yang tidak berarti,
Apakah saya tidak akan tertipu ketika saya pergi dari sini dengan tangan kosong?
Karena saya tahu Dharma suci adalah yang saya butuhkan,
Bukankah seharusnya saya hidup berdasarkan Dharma saat ini,
Memasrahkan kegiatan yang hanya untuk hidup ini?

These are the instructions which the gracious guru told me.

If I do not keep the guru's teachings in my heart,
How can this be other than myself fooling myself?

Ini adalah instruksi yang dikatakan oleh guru mulia itu kepada saya.

Jika saya tidak menyimpan ajaran guru di hati saya,

Bagaimana dapat ini bisa terjadi lainnya selain diriku yang membodohi diriku sendiri

II. HINDUISM : NIRVANA SHAKATAM , GAYATRI MANTRA, MADALA UPADESHA

MYSTICS PANTHEISTIC ?

Pelayakan kemurnian (Impersonal Transendence) > pelagakan (Personal Immanence)



Video Chant : Gaiea Sanskrit _ Madalasa Upadesha

Lullaby Song of **Madalasa Upadesha** from The Mārkaṇḍeya Purāṇa ...

Kidung Nina Bobo Ratu Madalasa kepada puteranya (Rshi Markandeya)

Link Data : <https://www.thestorygenie.com/blog/the-lullaby/> or : <https://unboundintelligence.com/madalasa-upadesha/>

Verse 1

śuddhosi buddhosi niraṃjano'si //saṃsāramāyā parivarjito'si// saṃsārasvapnaṃ tyaja mohanidrāṃ// maṃdālasollapamuvāca putraṃ

Madalasa says to her crying son:// "You are pure, Enlightened, and spotless. //Leave the illusion of the world // and wake up from this deep slumber of delusion"

Madalasa berkata kepada putranya yang menangis: //"Anda murni, Tercerahkan, dan tidak bernoda.// Tinggalkan ilusi dunia dan //bangun dari tidur nyenyak delusi ini "

Verse 2

śuddho'si re tāta na te'sti nāma // kṛtaṃ hi tatkalpanayādhunaiva//paccātmakaṃ dehaṃ idaṃ na te'sti //naivāsyā tvāṃ rodiṣi kasya heto||

"My Child, you are Ever Pure! You do not have a name. //A name is only an imaginary superimposition on you.//This body made of five elements is not you nor do you belong to it.//This being so, what can be a reason for your crying ?"

"Anakku, kamu Selalu Murni! Anda tidak punya nama.// Nama hanyalah lekatan khayal yang dikenakan pada Anda. // Tubuh yang terbuat dari lima elemen ini bukanlah Anda dan bukan pula milik Anda. // Karena itu, apa yang menjadi alasan Anda menangis? "

Verse 3

na vai bhavān rodiṭi vikṣvajanaṃ //śabdoyamāyādhyā mahiṣa sūnūm//vikalpayamāno vividhairguṇaiste //guṇāśca bhautāḥ sakalendiyēṣu||

"The essence of the universe does not cry in reality. // All is a Maya of words, oh Prince! Please understand this. //The various qualities you seem to have are just your imaginations, //They belong to the elements that make the senses (and have nothing to do with you)."

"Esensi alam semesta tidak menangis dalam Realitas kenyataan. // Semuanya adalah kata-kata Maya, oh Pangeran! Mohon mengerti ini. // Berbagai kualitas yang tampaknya Anda miliki hanyalah imajinasi Anda, // Mereka termasuk dalam elemen yang membuat indra (dan tidak ada hubungannya dengan Anda). "

Verse 4

bhūtani bhūtaiḥ paridurbalāni // vṛddhiṃ samāyāti yatheha puṃsaḥ|| annāmbupānādibhireva tasmāt //na testi vṛddhir na ca testi hāniḥ||

"The Elements [that make this body] grow with accumulation of more elements, or//Reduce in size if some elements are taken away //This is what is seen in a body's growing in size or becoming lean depending upon the consumption of food, water etc. //YOU do not have growth or decay."

"Unsur-unsur [yang membuat tubuh ini] tumbuh dengan akumulasi lebih banyak unsur, // atau Kurangi ukurannya jika beberapa elemen diambil // Inilah yang terlihat pada tubuh yang membesar atau menjadi kurus bergantung pada konsumsi makanan, air, dll. // KAMU tidak memiliki pertumbuhan atau kerusakan. "

Verse 5

tvam kamchuke shiryamane nijosmin // tasmin dehe mudhatam ma vrajethah|| /shubhashubhauh karmabhirdehametat //mridadibhih kamchukaste pinaddhah||

"You are in the body which is like a jacket that gets worn out day by day. // Do not have the wrong notion that you are the body. //This body is like a jacket that you are tied to, // For the fructification of the good and bad Karmas."

"Anda berada di dalam tubuh yang seperti jaket yang semakin hari semakin aus. // Jangan salah paham bahwa Anda adalah tubuh. // Tubuh ini seperti jaket yang diikat, // Untuk fruktifikasi dari karma baik dan buruk. "

Verse 6

tāteti kiṃcīt tanayeti kiṃcīt // aṃbeti kiṃciddhayiteti kiṃcīt // mameti kiṃcīt na mameti kiṃcīt //tvam bhūtasamghaṃ bahu ma nayethāḥ||

“Some may refer to you are Father and some others may refer to you a Son or //Some may refer to you as Mother and some one else may refer to you as Wife. // Some say “You are Mine” and some others say “You are Not Mine” // These are all references to this “Combination of Physical Elements”, Do not identify with them.”

“Beberapa mungkin menyebut Anda adalah Ayah dan beberapa lainnya mungkin merujuk Anda sebagai Putra atau // Beberapa orang mungkin menyebut Anda sebagai Ibu dan beberapa orang lain mungkin menyebut Anda sebagai Istri.// Beberapa orang mengatakan “Kamu adalah milikku” dan beberapa lainnya mengatakan “Kamu bukan milikku”// Ini semua adalah referensi ke “Kombinasi Elemen Fisik”, Jangan identifikasi dengannya. ”

Verse 7

sukhani dukkhopashamaya bhogan //sukhaya janati vimudhachetah| // tanyeva dukkhani punah sukhani //janati viddhanavimudhachetah||

“The ‘deluded’ look at objects of enjoyment, // As giving happiness, by removing the unhappiness. // The ‘wise’ clearly see that the same object // Which gives happiness now will become a source of unhappiness.”

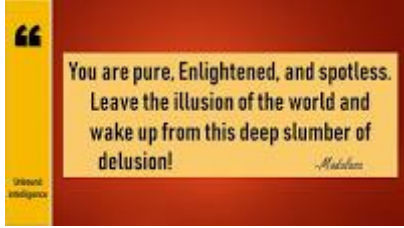
“Pandangan yang ‘tertipu’ pada objek kenikmatan, // Seperti memberi kebahagiaan, dengan menghilangkan ketidakbahagiaan. // Orang ‘bijak’ dengan jelas melihat objek yang sama // Yang memberi kebahagiaan sekarang akan menjadi sumber ketidakbahagiaan. ”

Verse 8

yānaṃ cittau tatra gataśca deho // dehopi cānyaḥ puruṣo niviṣṭhaḥ| // amatvamuroyā na yatha tathāsmīn // deheti mātraṃ bata mūḍharausaḥ|

“The vehicle that moves on the ground is different from the person in it // Similarly this body is also different from the person who is inside! // The owner of the body is different from the body. // Ah how foolish it is to think I am the body!”

“Kendaraan yang bergerak di tanah berbeda dengan orang di dalamnya // Demikian pula tubuh ini juga berbeda dengan orang yang ada di dalam! // Pemilik tubuh berbeda dengan tubuh. // Ah betapa bodohnya menganggap aku adalah tubuh! ”



just image

Sanskrit : śuddhosi buddhosi niraṃjano’si //saṃsāramāyā parivarjito’si// saṃsārasvapnaṃ tyaja mohanidrāṃ//

English : “You are pure, Enlightened, and spotless. //Leave the illusion of the world // and wake up from this deep slumber of delusion”//

Indonesian : “Anda murni, Tercehaskan, dan tidak bernoda.// Tinggalkan ilusi dunia dan //bangun dari tidur nyenyak delusi ini ”

S (Sk) : Maṃdālasollapamuvāca putram|

E (Eng) : Madalasa says to her crying son://

I (Ina) : Madalasa berkata kepada putranya yang menangis:



[Nirvana Shatakam \(Atma Shatkam\)](#) = 6 sloka filsafat advaita vedanta (Adi Shankara)

1. Manobuddhyahaṃkāra chittāni nāhaṃna cha śrotrajihve na cha ghrāṇanetreṇa cha vyoma bhūmir na tejo na vāyuhchidānandarūpaḥ śivo’ham śivo’ham.

I am not the mind, the intellect, the ego or the memory, I am not the ears, the skin, the nose or the eyes, I am not space, not earth, not fire, water or wind, I am the form of consciousness and bliss, I am the eternal Shiva...

Bukan pikiran, bukan pula intelek; Bukan ego, bukan pula yang menyebabkan ego; Bukan panca indra; Bukan langit dan bukan bumi; Bukan cahaya dan bukan angin – Aku adalah Kesadaran Murni, Kebahagiaan Yang Kekal Abadi – Itulah Aku...

2. Na ca prapasajñō na vai paṃcavāyuh na vā saptadhātur na vā paṃcakoṣaḥ na vākpāṇipadam na copasthapāyucidānandarūpaḥ śivo’ham śivo’ham.

I am not the breath, nor the five elements, I am not matter, nor the 5 sheaths of consciousness Nor am I the speech, the hands, or the feet, I am the form of consciousness and bliss, I am the eternal Shiva...

Apa yang disebut prana, energy, bukanlah Aku; Bukan elemen-elemen alami, bukan pula lapisan-lapisan kesadaran dalam diri manusia; Bukan badan kasat ini – Aku Adalah Kesadaran Murni, Kebahagiaan Yang Kekal Abadi – Itulah Aku...

3. Na me dveṣarāgau na me lobhamohau mado naiva me naiva mātsaryabhāvaḥ na dharmo na cārtho na kāmo na mokṣaḥ cidānandarūpaḥ śivo’ham śivo’ham.

There is no like or dislike in me, no greed or delusion, I know not pride or jealousy, I have no duty, no desire for wealth, lust or liberation, I am the form of consciousness

Tidak ada yang Kusukai, dan tidak ada yang tidak Kusukai; Tidak serakah, tidak pula bimbang; Tidak angkuh, tidak iri; Tidak ada keinginan apapun dalam diriKu – sekalipun untuk kebebasan itu sendiri – karena Aku Adalah Kesadaran Murni, Kebahagiaan Yang Kekal Abadi – Itulah Aku...

4. Na puṇyaṃ na pāpaṃ na saukhyaṃ na dukhyaṃ na mantra na firthaṃ na vedā na yajñahaṃ bhojanaṃ naiva bhojyaṃ na bhoktā cidānandarūpaḥ śivo’ham śivo’ham.

No virtue or vice, no pleasure or pain, I need no mantras, no pilgrimage, no scriptures or rituals, I am not the experienced, nor the experience itself, I am the form of consciousness and bliss, I am the eternal Shiva...

Amal saleh dan dosa – dua-duanya telah Kulampai; Suka dan duka tidak lagi mempengaruhi Aku; Ritual dan perjalanan suci, kenikmatan dan rasa nikmat itu sendiri – semuanya sudah Kulampai – Aku Adalah Kesadaran Murni, Kebahagiaan Yang Kekal Abadi – Itulah Aku...

5. Na me mṛtyusaṃkā na me jātibhedah pitā naiva me naiva mātā na janmaḥna bandhur na mitraṃ gurunaiva śiṣyaḥ cidānandarūpaḥ śivo’ham śivo’ham.

I have no fear of death, no caste or creed, I have no father, no mother, for I was never born, I am not a relative, nor a friend, nor a teacher nor a student, I am the form of consciousness and bliss, I am the eternal Shiva...

Tidak ada lagi rasa takut akan kematian; Tidak Kukenali lagi perbedaan antara kelompok; Ayah, ibu, sahabat, saudara, guru, murid – tak sesuatu pun yang Kumiliki; Kelahiran dan kematian tidak Kukenali lagi – Aku adalah Kesadaran Murni, Kebahagiaan Yang Kekal Abadi – Itulah Aku...

6. Ahaṃ nirvikalpo nirākāra rūpo vibhutvāca sarvatra sarveṃdriyaṇaṃ na cāsangata naiva muktir na meyaḥcidānandarūpaḥ śivo’ham śivo’ham.

I am devoid of duality, my form is formlessness, I exist everywhere, pervading all senses, I am neither attached, neither free nor captive, I am the form of consciousness and bliss, I am the eternal Shiva...

Pikiran telah Kulampai; Tak berwujud, namun berada di mana-mana; Tidak terikat, tidak mengenal kebebasan dan tidak bisa diukur – Aku adalah Kesadaran Murni, Kebahagiaan Yang Kekal Abadi – Itulah Aku...

MYSTICS PANTHEISTIC ?

Pelayakan kemurnian (Impersonal Transendence) > pelagakan (Personal Immanence) ?

REFF:

Sungguh indah hidup ini
Bila saling menyayangi
Tiada iri tiada benci
Hidup lebih berarti

Sesungguhnya kita sama
Tiada berbeda
Punya hati punya rasa
Ingin hidup tenteram bahagia

2. METTA CHANT



<https://www.youtube.com/watch?v=KEmA6WpIlic&list=PLZZa2J4-qv-bNyzG-pLLbvXmZg2QVbyg&index=2>

Aham avero homi - Abyapajho homi - Anigho homi - Sukhi-attanam pariharami

May I be free from enmity and danger May I be free from mental suffering May I be free from physical suffering May I take care of myself happily
Semoga saya bebas dari permusuhan dan bahaya Semoga saya bebas dari penderitaan mental Semoga saya bebas dari penderitaan fisik Semoga saya menjaga diri saya sendiri dengan berbahagia

Mama matapitu - Acariya ca natimitta ca - Sabrahma-carino ca

May my parents - Teachers, relatives and friends - Fellow Dhammafarrers
Semoga orang tua saya - Guru, saudara-saudara dan teman-teman - Rekan-rekan se-Dhamma

Avera hontu - Abyapajha hontu - Anigha hontu - Sukhi-attanam pariharantu

Be free from enmity and danger Be free from mental suffering Be free from physical suffering May they take care of themselves happily
Bebas dari permusuhan dan bahaya Bebas dari penderitaan mental Bebas dari penderitaan fisik Semoga mereka menjaga diri mereka sendiri dengan berbahagia

Imasmim arame sabbe yogino -

May all yogis in this compound -
Semoga semua pertapa di dunia ini

Avera hontu - Abyapajha hontu - Anigha hontu - Sukhi-attanam pariharantu

Be free from enmity and danger Be free from mental suffering Be free from physical suffering May they take care of themselves happily
Bebas dari permusuhan dan bahaya Bebas dari penderitaan mental Bebas dari penderitaan fisik Semoga mereka menjaga diri mereka sendiri dengan berbahagia

Imasmim arame sabbe bhikkhu - Samanera ca - Upasaka-upasikayo ca

May all monks in this compound - Novice monks - Laymen and laywomen disciples
Semoga semua biarawan biarawati di dunia ini Calon biarawan biarawati Para umat

Avera hontu - Abyapajha hontu - Anigha hontu - Sukhi-attanam pariharantu

Be free from enmity and danger Be free from mental suffering Be free from physical suffering May they take care of themselves happily
Bebas dari permusuhan dan bahaya Bebas dari penderitaan mental Bebas dari penderitaan fisik Semoga mereka menjaga diri mereka sendiri dengan berbahagia

Ambakam catupaccaya-dayaka

May our donors of the four supports : clothings, food, medicine and lodging
Semoga semua dermawan

Avera hontu - Abyapajha hontu - Anigha hontu - Sukhi-attanam pariharantu

Be free from enmity and danger Be free from mental suffering Be free from physical suffering May they take care of themselves happily
Bebas dari permusuhan dan bahaya Bebas dari penderitaan mental Bebas dari penderitaan fisik Semoga mereka menjaga diri mereka sendiri dengan berbahagia

Ambakam arakkha devata - Imasmim vihare - Imasmim avase - Imasmim arame - Arakkha devata

May our guardian devas - In this monastery - In this dwelling - In this compound - May the guardian devas
Semoga dewa penolong kita Di biara ini Di tempat ini Di dunia ini Semoga dewa penolong tersebut

Avera hontu - Abyapajha hontu - Anigha hontu - Sukhi-attanam pariharantu

Be free from enmity and danger Be free from mental suffering Be free from physical suffering May they take care of themselves happily
Bebas dari permusuhan dan bahaya Bebas dari penderitaan mental Bebas dari penderitaan fisik Semoga mereka menjaga diri mereka sendiri dengan berbahagia

Sabbe satta- Sabbe pana - Sabbe bhuta - Sabbe puggala - Sabbe attabhava-pariyapanna - Sabba ithhiyo - Sabbe purisa - Sabbe ariya - Sabbe anariya - Sabbe deva - Sabbe manussa - Sabbe vinipatika

May all beings , All breathing things, All creatures, All individuals (it means all beings, too), All personalities (it means all beings with mind and body), May all females, All males, All noble one (saints), All worldlings (i.e. those who have not attained sainthood), All deities, All humans, All those in the four woeful planes
Semoga semua makhluk , Semua yang bernafas, Semua yang tercipta, Semua individu, Semua pribadi , Semua wanita , Semua laki-laki, Semua makhluk suci, Semua makhluk yang belum mencapai kesucian, Semua dewata, Semua manusia, Semua yang berada di empat jenis alam menderita

Avera hontu - Abyapajha hontu - Anigha hontu - Sukhi-attanam pariharantu

Be free from enmity and danger Be free from mental suffering Be free from physical suffering May they take care of themselves happily
Bebas dari permusuhan dan bahaya Bebas dari penderitaan mental Bebas dari penderitaan fisik Semoga mereka menjaga diri mereka sendiri dengan berbahagia

Karuna : Dukkha muccantu - Mudita : Yatha-laddha-sampattito mavigacchantu - Upekkha : Kammassaka

Compassion : May all beings be free from suffering, Appreciative joy : May whatever they have gained not be lost, Equanimity : All beings are owners of their kamma
Belas kasih : Semoga semua makhluk bebas dari penderitaan - Turut berbahagia : Semoga mereka tidak kehilangan apa yang telah mereka peroleh - Keseimbangan : Semua makhluk adalah pemilik kammanya sendiri

Puratthimaya disaya - Pacchimaya disaya - Uttara disaya - Dakkinaya disaya- Puratthimaya anudisaya - Pacchimaya anudisaya- Uttara anudisaya - Dakkinaya anudisaya - Hetthimaya disaya - Uparimaya disaya

In the eastern direction, In the western direction, In the northern direction, In the southern direction, In the southeast direction, In the northwest direction, In the northeast direction, In the southwest direction, In the direction below, In the direction above

Baik di arah timur, Di arah barat, Di arah utara, Di arah selatan, Di arah tenggara, Di arah barat laut , Di arah timur laut , Di arah barat daya, Di arah bawah , Di arah atas

Sabbe satta- Sabbe pana - Sabbe bhuta - Sabbe puggala - Sabbe attabhava-pariyapanna - Sabba ithhiyo - Sabbe purisa - Sabbe ariya - Sabbe anariya - Sabbe deva - Sabbe manussa - Sabbe vinipatika

May all beings , All breathing things, All creatures, All individuals (it means all beings, too), All personalities (it means all beings with mind and body), May all females, All males, All noble one (saints), All worldlings (i.e. those who have not attained sainthood), All deities, All humans, All those in the four woeful planes
Semoga semua mahluk , Semua yang bernafas, Semua yang tercipta, Semua individu, Semua pribadi , Semua wanita , Semua laki-laki, Semua mahluk suci, Semua mahluk yang belum mencapai kesucian, Semua dewata, Semua manusia, Semua yang berada di empat jenis alam menderita

Avera hontu - Abyapajjha hontu - Anigha hontu - Sukhi-attanam pariharantu

Be free from enmity and danger Be free from mental suffering Be free from physical suffering May they take care of themselves happily

Bebas dari permusuhan dan bahaya Bebas dari penderitaan mental Bebas dari penderitaan fisik Semoga mereka menjaga diri mereka sendiri dengan berbahagia

Karuna : **Dukkha muccantu - Mudita : Yatha-laddha-sampattito mavigacchantu - Upekkha : Kammassaka**

Compassion : May all beings be free from suffering, Appreciative joy : May whatever they have gained not be lost, Equanimity : All beings are owners of their kamma

Belas kasih : Semoga semua mahluk bebas dari penderitaan - Turut berbahagia : Semoga mereka tidak kehilangan apa yang telah mereka peroleh - Keseimbangan : Semua mahluk adalah pemilik kammanya sendiri

Uddham yava bhavagga ca - Adho yava aviccito : Samanta cakkavalesu - Ye satta pathavicara

As far as the highest plane of existence , To as far down as the lowest plane - In the entire universe - Whatever beings that move on earth

Sejauh alam yang paling tinggi, Sampai pada alam yang paling rendah - Di alam semesta ini - Mahluk apapun yang bergerak di bumi

Abyapajjha nivera ca - Nidukkha ca nupaddava -

May they be free from mental suffering and enmity And from physical suffering and danger

Semoga mereka bebas dari penderitaan mental dan permusuhan - Dan dari penderitaan fisik dan bahaya

Uddham yava bhavagga ca - Adho yava aviccito : Samanta cakkavalesu - Ye satta udakecara

As far as the highest plane of existence , To as far down as the lowest plane - In the entire universe - Whatever beings that move on water

Sejauh alam yang paling tinggi, Sampai pada alam yang paling rendah - Di alam semesta ini - Mahluk apapun yang bergerak di air

Abyapajjha nivera ca - Nidukkha ca nupaddava -

May they be free from mental suffering and enmity And from physical suffering and danger

Semoga mereka bebas dari penderitaan mental dan permusuhan - Dan dari penderitaan fisik dan bahaya

Uddham yava bhavagga ca - Adho yava aviccito : Samanta cakkavalesu - Ye satta akasecara

As far as the highest plane of existence , To as far down as the lowest plane - In the entire universe - Whatever beings that move in air

Sejauh alam yang paling tinggi, Sampai pada alam yang paling rendah - Di alam semesta ini - Mahluk apapun yang bergerak di udara

Abyapajjha nivera ca - Nidukkha ca nupaddava -

May they be free from mental suffering and enmity And from physical suffering and danger

Semoga mereka bebas dari penderitaan mental dan permusuhan - Dan dari penderitaan fisik dan bahaya

3. VISUDHI GATHA

SONGS FOR RELIGIOUS BUDDHIST

Singer : Lodiana Lo Pencipta lagu : Maechee Ajita Vepulla

<https://www.youtube.com/watch?v=Cnlwd50m4SU&list=PLZZa2J4-qv-bNyzG-pLLbvXmZg2QVbyg&index=3>



Accayaṃ me kataṃ Buddha

Yaṃ taṃ āvikaromi te

Anāvaṃ asallinaṃ

Suddhaṃ bhavatu me manāṃ

Dengan menyadari kesalahan-kesalahanku

Secara tulus dan terbuka

Di depan Sang Buddha yang amat Bijaksana

Semoga batinku senantiasa murni dan tenang

Kāyena vācā cittaṃ

Yaṃ parena kataṃ aghaṃ

Khamā'm'idāni taṃ sabbaṃ

Sammāsambuddhā sammukhā

Jika dengan perbuatan, ucapan, dan kehendak pikiran

Orang lain telah berbuat salah pada saya

Saya dengan tulus memaafkan kesemua itu

Didepan Sang Buddha yang penuh kasih sayang

**So'ham khamāmi nidukkā
Khemino viharantu te
Pūrentu mamasāṅkappā
Mettāya karuṇāya ca**

Berkat kesiapanku untuk memaafkan kesemua itu
Semoga mereka selamat dan bebas dari penyesalan
Semoga pikiranku tenteram dan damai
Terpenuhi dengan cinta kasih dan kasih sayang

**Kāyena vācā cittena
Yaṃ kataṃ sukataṃ mayā
Anumodayāmi aññesaṃ**

Sammāsambuddhā sammukhā
Jika dengan perbuatan, ucapan, dan kehendak pikiran
Saya telah berbuat baik kepada orang lain
Saya dengan bahagia berbagi jasa kepada semuanya
Di depan Sang Buddha yang telah mencapai penerangan sempurna

**Modāmi nata citto'ham
Puññena sukateṇa me
Tath'eva pāṇino sabbe
Adigacchantu taṃ sukhaṃ**

Dengan batin yang bersih dari keangkuhan
Saya bergembira di dalam semua kebajikanku
Berharap semua makhluk di mana pun berada
Dapat menikmati kebahagiaanku ini

III . CHRISTIANITY : AMAZING GRACE

Kutipan : 3 PRIBADI INSPIRATIF 2013ku
<http://teguhq.blogspot.com/2014/05/3-pribadi-inspiratif-2013.html>

NB: Lagu Amazing Grace mengisahkan kesungguhan pertobatan seseorang untuk kembali ke Jalan Tuhan setelah ketersesatannya. Walau singkat, Jeff menyanyikannya sangat impresif. (Untuk menjaga universalitas posting kami ini.... lyric terjemahan lagu gospel himne Kristiani Amazing Grace - John Newton ini dipotong di akhir sedikit, ya ?)



Amazing Grace - John Newton
(Karunia yang Menakjubkan - John Newton)

VERSE 1

Amazing Grace, how sweet the sound,

Karunia menakjubkan, betapa indahny suara itu terdengar

That saved a wretch like me....

Yang menyelamatkan orang celaka (malang/buruk) sepertiku

I once was lost but now am found,

Aku dahulu pernah tersesat (hilang arah) tetapi sekarang aku ditemukan kembali

I was blind, but now, I see.

Aku dulu buta tetapi sekarang aku (dapat) melihat

VERSE 2

T'was Grace that taught my heart to fear.

Ini adalah Karunia yang mengajarkan hatiku untuk takut

And Grace, my fears relieved.

dan Karunia (yang mana) ketakutanku menjadi terbebaskan

How precious did that Grace appear...

betapa berharganya Karunia itu tampaknya

the hour I first believed.

saat ini (jam ini?) seketika aku langsung (pertama kali) segera mempercayaiNya

IV . ISLAM : SYIIRAN TANPO WATON , WAHYU KOLOSEBO,



Syair Tanpa Waton"

H Moh Nozam As-Sofa (Gus Nizam)

Astaghfirulloh Robbal baroyaah - Astaghfirulloh Minal Khothoyah

Aku mohon ampun kepada Tuhannya segala makhluk - Aku mohon ampun kepada Allah dari segala kesalahan

Robbi zidni 'ilman nafi'aaan - Wa waffiqni 'Amalaan sholihan

Aku mohon tambahkan ilmu bermanfaat - dan bimbinglah aku dalam tindakan kesalehan

Ya rosulallooh salamun 'alaik - Ya rofi'asyaani wad daarojii

Wahai utusan Allooh semoga keselamatan tetap padamu - Wahai yang berbudi luhur dan berderajat tinggi

'Athfatai yaa jii rotal 'alaami - Ya Uuhailal judi wal karomi 2x

Rasa kasihmu wahai para pemimpin tetangga - Wahai ahli dermawan dan pemurah hati 2x

Ngawiti ingsun nglaras syi'iran - Kelawan muji maring pengeran - Kang paring rohmat lan kenikmatan Rino wengine tanpo pitungan 2x

Aku memulai menembangkan syi'ir - Dengan memuji kepada Tuhan - Yang memberi rohmat dan kenikmatan

Siang dan malamnya tanpa terhitung 2x

Duh bolo konco prio wanito - Ojo mung ngaji syare'at bloko - Gur pinter dongeng nulis lan moco**Tembe mburine bakal sangsoro 2x**

Wahai para teman pria dan wanita - Jangan hanya belajar syari'at saja - Hanya pandai bicara, menulis dan membaca

Saat mendatang akan sengsara 2x

Akeh kang apal Qur'an Hadist e - Seneng Ngafirkeh marang liyane - Kafir e dewe gak di gatekke**Yen isih kotor ati akale 2x**

Banyak yang hapal Qur'an dan Haditsnya - Senang mengkafirkan orang lain - Kafirnya sendiri tak dihiraukan

Jika masih kotor hati dan akalnya 2x

Gampang kabujuk Nafsu angkoro - Ing pepaese Gebyare ndunyo - Iri lan meri sugi e tonggo**Mulo atine peteng lan Nisto 2x**

Mudah terbujuk nafsu angkara - Dalam hiasan gemerlapnya dunia - Iri dan dengki kekayaan tetangga

Maka hatinya gelap dan nista 2x

Ayo sedulur Jo nglale ake - Wajib e ngaji sak pranatane - Nggo ngandelake iman Tauhid e**Baguse sangu mulyo matine 2x**

Ayo saudara jangan melupakan - Wajibnya mengkaji lengkap dengan aturannya - Untuk mempertebal iman tauhidnya

Bagusnya bekal mulia matinya 2x

Kang aran sholeh bagus atine - Kerono mapan sari ilmune -Laku torekot lan ma'rifate**Ugo hakekot manjing rasane 2x**

Yang disebut sholeh adalah bagus hatinya- Karena mapan sari ilmunya - Menjalankan tarekat dan ma'rifatnya

Juga hakikat meresap rasanya 2x

Alqur'an kodhim wahyu minulyo - Tanpo tinulis iso diwoco - Iku wejangan guru waskito**Den tancep ake ing njero dodo 2x**

Al Qur'an qodim wahyu yang mulia - Tanpa ditulis bisa dibaca - Itulah nasihat guru yang cerdas

Ditancapkan di dalam dada 2x

Kumantil ati lan pikiran - Mrasuk ing badan kabeh jeroan - Mukjizat rosul dadi pedoman**Minongko dalan manjing e iman 2x**

Menempel di hati dan pikiran - Merasuk dalam badan dan seluruh hati - Mukjizat Rosul (Al-Qur'an) jadi pedoman

Sebagai sarana jalan masuknya iman 2x

Kelawan Alloh Kang maha Suci - Kudhu rangkulan rino lan wengi - Di tirakati di riadhohi**Dzikir lan suluk jo nganti lali 2x**

Kepada Alloh Yang Maha Suci- Harus mendekatkan diri siang dan malam -Diusahkan dengan sungguh-sungguh secara ihlas

Dzikir dan suluk jangan sampai lupa 2x

Urip e ayem rumongso aman - Dununge roso tondo yen iman - Sabar nerimo senajan paspasan**Kabeh tinakdir saking pengeran 2x**

Hidupnya tentram merasa aman - Mantapnya rasa pertanda iman - Sabar menerima walau hidup seadanya

Semua adalah takdir dari Tuhan 2x

Kelawan konco dulur lan tonggo - Kang podo rukun ojo daksio - Iku sunnah e rosul kang mulyo**Nabi muhammad panutan kito 2x**

Terhadap teman, saudara dan tetangga - selalulah rukun jangan bertengkar - Itu sunnahnya Rosul yang mulia

Nabi Muhammad tauladan kita 2x

Ayo nglakoni sekabeane - Alloh kang bakal ngangkat drajate - Senajan ashor toto dhohire**Ananging mulyo makom drajat e 2x**

Ayo dijalani kesemuanya - Allah yang akan mengangkat derajatnya - Walaupun rendah tampilan dhohirnya

Namun mulia maqam derajatnya di sisi Allah 2x

Lamun palastro ing pungkasane - Ora kesasar roh lan sukmane - Den gadang Alloh syuargo manggone**Utuh mayite ugo ules 2x**

Ketika ajal telah datang di akhir hayatnya - Tidak tersesat ruh dan sukmanya - Dirindukan Allah surga tempatnya

Utuh jasadnya juga kafannya 2x

Ya rosulallooh salamun 'alaik - Ya rofi'asyaani wad daarojii

Wahai utusan Allooh semoga keselamatan tetap padamu - Wahai yang berbudi luhur dan berderajat tinggi

'Athfatai yaa jii rotal 'alaami - Ya Uuhailal judi wal karomi 2x

Rasa kasihmu wahai para pemimpin tetangga - Wahai ahli dermawan dan pemurah hati 2x

WAHYU KOLOSEBO, "Tembang Petunjuk Saat MenghadapNya - Sri Narendra Kalaseba



rumekso ingsun laku nisto ngoyo woro
ku jaga diriku dari berbuat nista sekehendak hati
 Kelawan mekak howo, howo kang dur angkoro
melawan / mengendalikan hawa, hawa (nafsu) yang diliputi angkara
 Senadyan setan gentayangan, tansah gawe rubeda
meskipun setan gentayangan masih saja / selalu membuat gangguan
 Hinggo pupusing jaman
hingga akhir jaman
 Hameteg ingsun nyirep geni wisu murko
sekuat tenaga diriku memadamkan api, bisa (racun), murka
 Mapper hardening ponco, saben ulesing netro
Mengendalikan panca indera (dalam) setiap kedipan mata
 Linambaran sih kawelasan, ingkang paring kamulyan
dilandasi belas kasih Sang Pemberi Kemulyaan
 Sang Hyang Jati Pengeran
Sang Maha Penguasa Sejati
 Jiwanggo kalbu, samudro pepuntoning laku
Bertahta di kalbu, samudera pemandu laku
 Tumuju dateng Gusti, Dzat Kang Amurbo Dumadi
menuju Tuhan, Dzat pemelihara makhluk
 Manunggaling kawulo Gusti, kreteng ati bakal dumadi
bersatu (khusyuk) dengan Tuhan, kehendak hati akan terlaksana
 Mukti ingsun tanpo piranti
kejayaanku tanpa syarat
 Sumebyar ing sukmo madu sarining perwito
menyebarkan di sukma madu sari perwita
 Maneko warno prodo, mbangun projo sampurno
beraneka warna prada, membangun diri yang sempurna
 Sengkolo tido mukso, kolobendu nyoto sirno
sengkala pasti musnah, malapetaka nyata hilang
 Tyasing roso mardiko
menimbulkan rasa merdeka
 Mugyo den sedyo pusoko Kalimosodo
semoga karena ucapan pusaka kalimat syahadat
 Yekti dadi mustiko, sajeroning jiwo rogo
benar benar jadi mustika di dalam jiwa raga
 Bejo mulyo waskito, digdoyo bowo leksono
keberuntungan, kemulyaan, kewaskitaan, kesaktian serta kewibawaan
 Byar manjing sigro-sigro
byar terwujud dengan segera
 Ampuh sepuh wutuh, tan keno iso paneluh
ampuh, sepuh, utuh, tidak mempan diteluh
 Gagah bungah sumringah, ndadar ing wayah-wayah
gagah riang gembira mercah di setiap waktu
 Satriyo toto sembodo, Wirotomo katon sewu kartiko
satria tata sambada, wiratama bagaikan seribu bintang
 Kataman wahyu Kolosebo
Ditimpakan wahyu kolosebo
 Memuji ingsun kanthi suwito linuhung
aku memuji dengan menghadap Maha Tinggi
 Segoro gando arum, suh rep dupo kumelun
lautan bau harum bagai asap dupa berarak
 Ginulah niat ingsun, hangidung sabdo kang luhur
Mengolah niatku yang mengkidung kata-kata luhur
 Titahing Sang Hyang Agung
perintahnya Sang Maha Agung
 Rembesing tresno, tondho luhing netro roso
rembesan kasih sayang tanda air mata rasa
 Roso rasaning ati, kadyo tirta kang suci
rasa perasaan di hati ibarat air yang suci
 Kawistoro jopo montro, kondang dadi pepadang
diwujudkan japa mantra, terkenal jadi penerang
 Palilahing Sang Hyang Wenang
Dengan kuasa Sang Maha Kuasa
 Nowo dewo jawoto, tali santiko bawono
sembilan perwujudan dewa, tali kekuatan semesta
 Prasido sidhikoro, ing sasono asmoroloyo
abadi memuji di surga
 Sri Narendro Kolosebo, winisudo ing gegono
Sang Raja Kolosebo, diwisuda di angkasa
 Datan gingsir sewu warso
Tidak akan lengser seribu tahun



Astaghfirullah Rabbal Barroya

Astaghfirullah Rabbal Barroya (Ampunilah Hamba Ya Allah Maha Penerima Taubat)
Astaghfirullah Minal khotoya. (Ampunilah Hamba Ya Allah Daripada Segala Dosa)

Rabbi zidni 'ilman naa fi'a (Tambahkan kepadaku ilmu yang berguna)
Wa wa fiqni 'amalama maqbula (Dan berikanlah aku amal yang dimakbulkan)
Wa Wa habli rizqan waasi'a (Dan kurniakan kepadaku rezeki yang meluas)
Wa tub 'alaia taubatan nasuha (Dan perkenankan taubatku dengan taubat nasuha)
Astaghfirullah Rabbal Barroya (Ampunilah Hamba Ya Allah Maha Penerima Taubat)
Astaghfirullah Minal khotoya. (Ampunilah Hamba Ya Allah Daripada Segala Dosa)
falihaadzaassirri ad'uu (Maka oleh karen rahasia itu aku berdoa)
fi yasaari wa 'asaari (Pada saat senang dan susahku)
ana 'abduu shoro fakhri (Aku adalah hamba, menjadi kebanggaanku)
dhimna faqri wadhthiroori (Dalam kefakiran dan keperluanku)

Astaghfirullah Rabbal Barroya (Ampunilah Hamba Ya Allah Maha Penerima Taubat)
Astaghfirullah Minal khotoya. (Ampunilah Hamba Ya Allah Daripada Segala Dosa)

qod kafani i'lmu robbi (telah cukup bagiku ilmu tuhanku)
min su-aali wakhtiyaari (tentang permintaan dan usahaku)
yaa ilaahi wa maliiki (Wahai tuhanku, wahai yang memilikiku)
Anta ta'lamu kaifa haali (Engkau mengetahui akan keadaanku)

V. SECULAR :

Just Humanistics > agnostics > atheistics ?



Imagine / John Lennon

Imagine there's no heaven
Bayangkanlah tak ada surga
It's easy if you try
Mudah jika kau mau berusaha
No hell below us
Tak ada neraka di bawah kita
Above us only sky
Di atas kita hanya ada langit
Imagine all the people
Bayangkanlah semua orang
Living for today...
Hidup hanya hari ini...

Imagine there's no countries
Bayangkanlah tak ada negara
It isn't hard to do
Tidak sulit melakukannya
Nothing to kill or die for
Tak ada alasan untuk membunuh dan terbunuh
No religion too
Juga tak ada agama
Imagine all the people
Bayangkan semua orang
Living life in peace...
Menjalani hidup dalam damai...

Imagine no possessions
Bayangkan tak ada harta benda
I wonder if you can
Aku ragu apakah kau mampu
No need for greed or hunger
Tak perlu rakus atau lapar
A brotherhood of man
Persaudaraan manusia
Imagine all the people

*Bayangkan semua orang
Sharing all the world...
Berbagi dunia ini*

*You may say Im a dreamer
Mungkin kau kan berkata aku seorang pemimpi
But Im not the only one
Namun aku bukanlah satu-satunya
I hope some day you'll join us
Kuharap suatu saat kau kan bergabung dengan kami
And the world will live as one
Dan dunia akan bersatu*

<https://terjemah-lirik-lagu-barat.blogspot.com/2011/10/imagine-john-lennon.html>

Diposting oleh [Teguh.Oi](#) di 02.44 Tidak ada komentar:
[Kirimkan Ini](#) lewat Email [BlogThis!](#) [Berbagi ke Twitter](#) [Berbagi ke Facebook](#) [Bagikan ke Pinterest](#)
[Postingan Lama](#) [Beranda](#)
Langganan: [Postingan \(Atom\)](#)



Mengenai Saya



[Teguh.Oi](#)

[Lihat profil lengkapku](#)

Total Tayangan Halaman
4223

Translate

Diberdayakan oleh [Google](#) [Terjemahan](#)

Cari Blog Ini

Telusuri

Arsip Blog

- [▶ 2018](#) (1)
- [▶ 2019](#) (1)
- [▶ 2020](#) (5)
- [▶ 2021](#) (10)
- [▼ 2022](#) (19)
 - [▶ Januari](#) (1)
 - [▶ Februari](#) (1)
 - [▶ Maret](#) (15)
 - [▼ April](#) (2)
 - [▶ Apr 03](#) (1)
 - [▼ Apr 17](#) (1)
 - [REHAT RELAX RESET : Dhamma Mantra \(Chant. Mus...](#)

Daftar Blog Saya

• 
[ANEKA SHARE](#)
[REKAP QUR'AN](#)

3 hari yang lalu

• 
[DHARMA SEKHA](#)
[REHAT RELAX RESET : Dhamma Mantra \(Chant, Musics, etc \)](#)

1 minggu yang lalu

• 
[SHARE2SEEKERS](#)
[SEEKER PROJECT FOREVER \(gnosis wisdom exodus\)](#)

1 minggu yang lalu

• 
[SHARE AGAIN](#)
[ENGLISH PROJECT 2022 \(dinas profesi publik\)](#)

1 minggu yang lalu

• 
[SHARE4SEEKERS](#)
[KUTIPAN POSTING AWAL](#)

2 minggu yang lalu

[Perlihatkan Semua](#)

Tema Sederhana. Diberdayakan oleh [Blogger](#).